



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇEMENİN FAYDALARI

<https://www.sultanet.com>

Çemenin eski zamanlarda cesaret artırıcı bir özelliği olduğuna inanılırdı. Öyle ki savaşa gitmeden önce çemen yenirdi. Çemen, kişiyi zinde tutar ve daha cesaretli kılar.

Çemen boğazı yumuşatarak boğaz ağrılarını gidermektedir.

Çemen bağışıklık sistemini kuvvetlendirir.

Çemen, mide rahatsızlıklarını yumuşatarak kişiyi rahatlatır.

Çemen, iştah artırıcıdır. İştahsız çocuklar ya da yetişkinler çemen adeta bir ilaç niteliğindedir.

Çemen kansızlığa iyi gelir ve dolaşımını da büyük ölçüde hızlandırır.

Tüberküloz ile mücadelede çemen oldukça faydalı bir yiyecektir ve sıklıkla önerilir.